



ÁREA DEPORTIVA

CIRCULAR Nº 12/2024

Madrid, 13 de mayo de 2024

Para General conocimiento de Socios, Atletas, Entrenadores

ATLETAS SELECCIONADAS PARA LA FINAL DE LIGA DE 1ª DIVISIÓN NACIONAL FEMENINA ABSOLUTA DEL 25 DE MAYO DE 2024

El próximo sábado 25 de mayo de 2024 por la mañana se celebrará en la pista de Castellon la final de liga de primera división nacional femenina.

Para dicha competición es necesario cubrir una serie de pruebas para poder participar y conseguir el mejor resultado posible para el club. Para ello el club a criterio de los entrenadores y del director deportivo ha decidido seleccionar a l@s atletas que se exponen al final de esta circular.

- Todas las atletas deberán estar mínimo una hora antes del comienzo de su prueba y deberán **llevar el DNI.**
- Al tratarse de una liga nacional la asistencia es obligatoria, por tanto, todas las atletas seleccionadas tienen que **confirmar su asistencia antes del 18/05/2024**, enviando email de confirmación al siguiente email: delegado@adsprint.org o por whatsapp al 636046864.
- Es **obligatorio llevar la equipación oficial del club** en su totalidad, pues el reglamento especifica claramente que sino la atleta será descalificada.

HORARIO ENCUENTROS JORNADA DE MAÑANA				
Cámara de Llamadas		Salida Pista	Hora	Prueba
Apertura	Cierre			
9:20	9:25	9:30	10:00	Lanzamiento de Martillo
9:15	9:20	9:25	10:15	Salto con Pértiga
9:50	9:55	10:00	10:30	Salto de Longitud
10:35	10:30	10:35	10:40	5000 m marcha
10:35	10:40	10:45	11:15	Lanzamiento de Disco
11:20	11:25	11:30	11:35	100 m extra
11:10	11:15	11:20	11:50	Salto de Altura
11:40	11:45	11:50	11:55	3000 m
11:50	11:55	12:00	12:10	400 m vallas
11:30	11:35	11:40	12:10	Triple Salto
12:05	12:10	12:15	12:20	400 m
12:15	12:20	12:25	12:30	800 m
11:50	11:55	12:00	12:30	Lanzamiento de Jabalina
12:00	12:05	12:10	12:40	Lanzamiento de Peso
12:25	12:30	12:35	12:40	200 m
12:30	12:35	12:40	12:50	100/110 m vallas
12:45	12:50	12:55	13:00	100 m
12:55	13:00	13:05	13:10	1500 m
13:05	13:10	13:15	13:20	3000 m obstáculos
13:15	13:20	13:25	13:35	4x100 m
13:25	13:30	13:35	13:45	4x400 m



EQUIPO SELECCIONADO

PRUEBA	CHICAS
100ML	SILVIA SUAZO
200ML	ELENA MERIDA
400ML	RAQUEL BENEDE
800ML	MARIA GOMEZ
1500ML	IVANA ZAGORAC
3000ML	SLAYA ZAGORAC
100MV	ANDREA MEDINA
400MV	ALBA VALERIA VALENCIANO
3000OBS	LORENA LORENZO
LONGITUD	DANIELA IGLESIAS (Colmenar Viejo)
TRIPLE	SILVINA ITATTI
PERTIGA	ANGELA RABADAN
ALTURA	NOELIA MARTINEZ
PESO	IRENE RODRIGUEZ
DISCO	MARTA GONZALEZ
MARTILLO	NOELIA LOPEZ
JABALINA	PRISCILLA FOUNDS
5K MARCHA	SARAI MESTRE
4X100	HANNAH AIDEN GONZALEZ
4X100	SILVIA SUAZO
4X100	ELENA MERIDA
4X100	ANDREA MEDINA
4X400	OLGA TUZAYAMO
4X400	RAQUEL BENEDE
4X400	ISABEL PALANCAR
4X400	MARTINA GUIJARRO



PLAN DE VIAJE

- **SALIDA:** viernes 24 de mayo, desde el Polideportivo Martín Temiño (pista de entrenamiento del club sede Fuencarral)
 - HORA DE SALIDA: 15.30h (hay que venir ya comidos)
 - TRANSPORTE: Autocar

 - **ALOJAMIENTO:** Eurohotel Castellon **** (C/ Pintor Oliet, 9 - CP: 12006 Castellón de la Plana)

 - **DIETAS:**
 - **Cena viernes, desayuno y comida sábado:** en hotel

 - **REGRESO:** sábado día 25 por la tarde, después de comer, en el autocar hasta Madrid, con hora aproximada de llegada 21:30h, aunque se irá avisando en función de la hora de salida.
-
- El desplazamiento, comida y cena correrán a cargo del club siempre que sean realizados en el plan de viaje indicado.